

# "Õpime ujuma 2" koolitusprogramm

## Ujumise algõpetuse juhendajatele/õpetajatele

2023. aastal

### 10:00 - 12:00 Klassis:

- „Õpime ujuma“ baasil valminud e-õppematerjalid ja e-õppematerjalide kasutamine (sh. nüüdisaegne õpikäsitus ujumistunnis, erineval oskuste tasemel õpilased)
- Edasiliikumise oskus
- Krooli ja selili õpetamise meetodika e-õppematerjale kasutades
- Õppegruppide moodustamine ja e-õppematerjale kasutades praktilise tunni ettevalmistus
- Praktilise tunni teemade jaotus:  
Veega kohanemine, sukeldumine, hõljumine, libisemine, vees edasiliikumine, mängud vees. Selili ja krooli ujuma õppimine.

### 12:00 - 13:30 Basseinis:

- Gruppides ettevalmistatud teemadel ujumistundide läbiviimine

### 13:30 - 14:00 Lõuna

### 14:00 - 16:00 Klassis:

- Basseini tunni tagasiseid
- Edasiliikumise oskus
- Krooli ja selili õpetamise meetodika
- Harjutusvara selili ja krooli ujuma õppimiseks sh. liigutuste korrigeerimine
- Kokkuvõtte ja arutelu

### OSALEJATEL KAASA VÕTTA:

- Kirjutusvahend
- Ujumisriided
- Soovitavalt ujumismüts/prillid jms.
- E-õppevahendite kasutamiseks seade (**tahvelarvuti, arvuti või nutitelefon**)

E-õppematerjalide eestindamise ja tootmise tellis Haridus- ja Teadusministeerium ning tootmist rahastas Euroopa Sotsiaalfond meetme "Kaasaegse ja uuendusliku õppevara arendamine ning kasutuselevõtt".

